

Министерство здравоохранения Республики Татарстан
Государственное автономное профессиональное
образовательное учреждение
«Нижекамский медицинский колледж»

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

учебной дисциплины

ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ

для специальности 34.02.01 Сестринское дело

2021 г.

СОГЛАСОВАНО

«3» июля 2021 г.

Заместитель директора
по учебному процессу

Т.А. Пестружина



УТВЕРЖДЕНО

на заседании ЦМК

социально-гуманитарных

и математических дисциплин

протокол № 7 от 07 июля 2021 г.

Председатель ЦМК

С.М. Тарифуллина



Рабочая программа учебной дисциплины разработана на основе
Федерального государственного образовательного стандарта (далее – ФГОС)
по специальности среднего профессионального образования (далее – СПО)
34.02.01 Сестринское дело

Организация – разработчик: ГАПОУ «Нижекамский медицинский колледж»

Разработчик:

Минвалиев Рашид Фаридович, преподаватель ОБЖ ГАПОУ
«Нижекамский медицинский колледж»

СОДЕРЖАНИЕ

1. Паспорт рабочей программы учебной дисциплины.....	5
2. Структура и содержание учебной дисциплины.....	9
3. Условия реализации учебной дисциплины.....	17
4. Характеристика основных видов учебной деятельности студентов. Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины.....	18

1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Основы безопасности жизнедеятельности

1.1. Область применения рабочей программы

Рабочая программа учебной дисциплины является частью примерной основной профессиональной образовательной программы в соответствии с ФГОС по специальностям СПО 34.02.01 Сестринское дело, входящим в состав укрупненной группы специальностей Здравоохранения.

1.2. Место учебной дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы: дисциплина «Основы безопасности жизнедеятельности» относится к дисциплинам общеобразовательного цикла.

1.3. Цели и задачи учебной дисциплины – требования к результатам освоения дисциплины:

Освоение содержания учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» обеспечивает достижение следующих **результатов**:

• **личностных:**

- развитие личностных, в том числе духовных и физических, качеств, обеспечивающих защищенность жизненно важных интересов личности от внешних и внутренних угроз;
- готовность к служению Отечеству, его защите;
- формирование потребности соблюдать нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности;
- исключение из своей жизни вредных привычек (курения, пьянства и т. д.);
- воспитание ответственного отношения к сохранению окружающей природной среды, личному здоровью, как к индивидуальной и общественной ценности;
- освоение приемов действий в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;

• **метапредметных:**

- овладение умениями формулировать личные понятия о безопасности; анализировать причины возникновения опасных и чрезвычайных ситуаций; обобщать и сравнивать последствия опасных и чрезвычайных ситуаций;
- выявлять причинно-следственные связи опасных ситуаций и их влияние на безопасность жизнедеятельности человека;
- овладение навыками самостоятельно определять цели и задачи по безопасному поведению в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях, выбирать средства реализации поставленных

целей, оценивать результаты своей деятельности в обеспечении личной безопасности;

- формирование умения воспринимать и перерабатывать информацию, генерировать идеи, моделировать индивидуальные подходы к обеспечению личной безопасности в повседневной жизни и в чрезвычайных ситуациях;

- приобретение опыта самостоятельного поиска, анализа и отбора информации в области безопасности жизнедеятельности с использованием различных источников и новых информационных технологий;

- развитие умения выражать свои мысли и способности слушать собеседника, понимать его точку зрения, признавать право другого человека на иное мнение;

- формирование умений взаимодействовать с окружающими, выполнять различные социальные роли во время и при ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций;

- формирование умения предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их появления, а также на основе анализа специальной информации, получаемой из различных источников;

- развитие умения применять полученные теоретические знания на практике:

- принимать обоснованные решения и вырабатывать план действий в конкретной опасной ситуации с учетом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей;

- формирование умения анализировать явления и события природного, техногенного и социального характера, выявлять причины их возникновения и возможные последствия, проектировать модели личного безопасного поведения;

- развитие умения информировать о результатах своих наблюдений, участвовать в дискуссии, отстаивать свою точку зрения, находить компромиссное решение в различных ситуациях;

- освоение знания устройства и принципов действия бытовых приборов и других технических средств, используемых в повседневной жизни приобретение опыта локализации возможных опасных

- ситуаций, связанных с нарушением работы технических средств и правил их эксплуатации;

- формирование установки на здоровый образ жизни;

- развитие необходимых физических качеств: выносливости, силы, ловкости, гибкости, скоростных качеств, достаточных для того, чтобы выдерживать необходимые умственные и физические нагрузки;

- **предметных:**

– сформированность представлений о культуре безопасности жизнедеятельности, в том числе о культуре экологической безопасности как жизненно важной социально-нравственной позиции личности, а также средстве, повышающем защищенность личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз, включая отрицательное влияние человеческого фактора;

– получение знания основ государственной системы, российского законодательства, направленного на защиту населения от внешних и внутренних угроз;

– сформированность представлений о необходимости отрицания экстремизма, терроризма, других действий противоправного характера, а также асоциального поведения;

– сформированность представлений о здоровом образе жизни как о средстве обеспечения духовного, физического и социального благополучия личности;

– освоение знания распространенных опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера;

– освоение знания факторов, пагубно влияющих на здоровье человека;

– развитие знания основных мер защиты (в том числе в области гражданской обороны) и правил поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;

– формирование умения предвидеть возникновение опасных и чрезвычайных ситуаций по характерным для них признакам, а также использовать различные информационные источники;

– развитие умения применять полученные знания в области безопасности на практике, проектировать модели личного безопасного поведения в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях;

– получение и освоение знания основ обороны государства и воинской службы:

законодательства об обороне государства и воинской обязанности граждан; прав и обязанностей гражданина до призыва, во время призыва и прохождения военной службы, уставных отношений, быта военнослужащих, порядка несения службы и воинских ритуалов, строевой, огневой и тактической подготовки;

– освоение знания основных видов военно-профессиональной деятельности, особенностей прохождения военной службы по призыву и контракту, увольнения с военной службы и пребывания в запасе;

– владение основами медицинских знаний и оказания первой помощи пострадавшим при неотложных состояниях (травмах, отравлениях и различных видах поражений), включая знания об основных инфекционных заболеваниях и их профилактике;

1.4. Рекомендуемое количество часов на освоение программы учебной дисциплины:

максимальной учебной нагрузки обучающегося – **129** часов, в том числе: обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося - **86** часов; самостоятельной работы обучающегося – **43** часа.

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Количество во часов
Максимальная учебная нагрузка (всего)	129
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	86
в том числе:	
теоретические занятия	76
контрольная работа	8
дифференцированный зачет	2
Самостоятельная работа обучающегося (всего)	43
в том числе:	
тематика внеаудиторной самостоятельной работы	43
Итоговая аттестация: дифференцированный зачет	

2. Тематический план и содержание учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности»

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные работы и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся	Объем часов	Уровень освоения
1	2	3	4
Введение		5	
Актуальность изучения дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности».	Содержание учебного материала 1.Цели и задачи дисциплины. Основные теоретические положения и понятия. 2.Инструктаж по технике безопасности на уроках ОБЖ.	2	1
Самостоятельная работа Выполнение реферата (на выбор): 1.«Взаимодействие человека и среды обитания». 2.«Эволюция среды обитания, переход к техносфере». 3.«История и перспективы развития науки о безопасности жизнедеятельности»		3	3
Раздел 1.		30	
Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья			
Тема 1.1. Здоровье и здоровый образ жизни. Факторы, влияющие на здоровье человека.	Содержание учебного материала 1.Общие понятия здоровья, здорового образа жизни. 2.Факторы, способствующие укреплению здоровья. Общие понятия режима, биологического ритма, закаливания, наследственности.	4	2
Тема 1.2. Алкоголь и его влияние на здоровье человека.	Содержание учебного материала 1.Алкоголь и его влияние на здоровье человека, социальные последствия употребления алкоголя, снижение умственной и физической работоспособности.	4	2
Тема 1.3. Курение и его влияние на состояние здоровья.	Содержание учебного материала 1.Курение и его влияние на состояние здоровья. 2. Табачный дым и его составные части. 3.Влияние курения на нервную систему, сердечно-сосудистую систему. 4.Пассивное курение и его влияние на здоровье	4	2

<p>Тема 1.4. Наркотики и наркомания, социальные последствия</p>	<p>Содержание учебного материала 1. Наркотики. 2. Наркомания и токсикомания, общие понятия и определения. 3. Социальные последствия пристрастия к наркотикам. 4. Профилактика наркомании</p>	4	2
<p>Тема 1.5. Понятие о ВИЧ инфекции и СПИДе</p>	<p>Содержание учебного материала 1. Что такое ВИЧ инфекция и СПИД. 2. Пути заражения ВИЧ инфекцией. 3. Группы риска по заражению ВИЧ инфекции.</p>	2	2
<p>Самостоятельная работа Выполнение двух рефератов на выбор. 1. Алкоголь и его влияние на здоровье человека. 2. Алкоголь в обществе. Пути решения. 3. Табачный дым и его составные части. 4. Пассивное курение и его влияние на здоровье. 5. Наркотики и их пагубное воздействие на организм человека. 6. Профилактика наркомании</p> <p>Контрольная работа</p>		10	3
<p>Раздел 2. Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни</p>		20	
<p>Тема 2.1. Пожарная безопасность. Правила личной безопасности при пожаре.</p>	<p>Содержание учебного материала 1. Основные причины пожаров в быту. 2. Личная безопасность человека, соблюдение им правил при пожарной безопасности.</p>	2	2
<p>Тема 2.2. Обеспечение личной безопасности на водоемах.</p>	<p>Содержание учебного материала 1. Соблюдение мер безопасности при купании. 2. Соблюдение мер безопасности на водоемах в различное время года.</p>	2	2
<p>Тема 2.3. Обеспечение личной безопасности в криминогенных ситуациях.</p>	<p>Содержание учебного материала 1. Безопасность на улице. 2. Безопасность в подъезде, лифтах.</p>	2	2
<p>Тема 2.4. Обеспечение личной безопасности в бытовых ситуациях. Опасность Селфи.</p>	<p>Содержание учебного материала 1. Безопасное обращение с бытовым газом, электричеством. 2. Безопасность при пользовании компьютера. 3. Безопасное Селфи.</p>	2	2

<p>Самостоятельная работа</p> <p>Выполнение презентаций и рефератов на выбор:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.«Обеспечение личной безопасности на водоемах». 2.«Обеспечение личной безопасности в бытовых ситуациях». 3.«Пожарная безопасность. Правила личной безопасности при пожаре». 4.«Опасность Селфи». 		10	3
<p>Контрольная работа</p>	<p>Содержание учебного материала</p> <p>Проверка знаний по разделу: «Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни»</p>	2	3
<p>Раздел 3. Государственная система обеспечения безопасности населения</p>			
<p>Тема 3.1.</p> <p>Классификация и характеристики чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера</p>	<p>Содержание учебного материала</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.Общие понятия чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера. 2.Экологическая катастрофа. 3. Стихийное бедствие. 4.Транспортные аварии, пожары, внезапное обрушение зданий. Землетрясения. Вулкан. Оползень. Сель. Обвал. Снежная лавина. Ураган. Смерч. Цунами. Лесной пожар. 	4	2
<p>Самостоятельная работа</p>			
<p>Выполнение реферата (на выбор):</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.«Глобальное потепление и природные чрезвычайные ситуации» 2.«Классификация чрезвычайных ситуаций» 3.«Модели поведения в условиях чрезвычайных ситуаций» 		4	3
<p>Тема 3.2.</p>			
<p>Единая государственная система защиты населения в чрезвычайных ситуациях.</p> <p>Мониторинг и прогнозирование чрезвычайных ситуаций.</p>	<p>Содержание учебного материала</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС). РСЧС, история ее создания, предназначение, структура, задачи, решаемые по защите населения от чрезвычайных ситуаций. 	2	2
<p>Тема 3.3</p>			
<p>Мониторинг и прогнозирование чрезвычайных ситуаций.</p>	<p>Содержание учебного материала</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.Назначение мониторинга и прогнозирования. Органы, осуществляющие социально-гигиенический мониторинг. Основные задачи прогнозирования чрезвычайных ситуаций. Оповещение и информирование населения об опасностях, возникающих в чрезвычайных ситуациях военного и мирного времени 	2	2

<p>Тема 3.4. Гражданская оборона</p>	<p>Содержание учебного материала 1.Гражданская оборона, основные понятия и определения, задачи гражданской обороны. 2.Структура и органы управления гражданской обороной. 3.Современные средства поражения и их поражающие факторы. 4.Мероприятия по защите населения.</p>	2	2
<p>Тема 3.5 Эвакуация населения</p>	<p>Содержание учебного материала 1.Причины эвакуации населения. 2.Органы, ответственные за эвакуацию населения. 3.Порядок эвакуации населения из города. 4.Транспортное и медицинское обеспечение эвакуации. 5.Кто принимает решение на эвакуацию.</p>	4	2
<p>Самостоятельная работа Выполнение презентации по теме: «Характеристика чрезвычайных ситуаций техногенного характера, наиболее вероятных для данной местности и района проживания»</p>		4	3
<p>Тема 3.6. Инженерная защита. Виды защитных сооружений и правила поведения в них.</p>	<p>Содержание учебного материала 1.Инженерная защита. Виды защитных сооружений. 2.Правила поведения в них.</p>	2	2
<p>Тема 3.7. Обучение населения защите от чрезвычайных ситуаций.</p>	<p>Содержание учебного материала 1.Основные задачи обучения населения по защите от чрезвычайных ситуаций. 2.Группы лиц, подлежащие обучению в области защиты населения от чрезвычайных ситуаций.</p>	4	2
<p>Тема 3.8. Средства индивидуальной защиты (СИЗ). Назначение и устройство противогазов ГП 5 и ГП 7</p>	<p>Содержание учебного материала 1.Основные понятия по СИЗ. 2. Назначение и устройство противогазов ГП 5 и ГП 7 3.Практические занятия по их использованию.</p>	4	2
<p>Тема 3.9. Средства индивидуальной защиты Назначение и устройство защитных костюмов ОЗК и ЛП.</p>	<p>Содержание учебного материала 1. Назначение и устройство защитных костюмов ОЗК и ЛП. 2.Практические занятия по их использованию.</p>	4	2
<p>Самостоятельная работа Выполнение презентаций (на выбор): 1.«Инженерная защита в системе обеспечения безопасности». 2.«История создания противогаза».</p>		2	3

<p>Тема 3.10. Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта и при захвате в заложники.</p>	<p>Содержание учебного материала 1.Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта, при захвате в качестве заложника. 2.Меры безопасности населения, оказавшегося на территории военных действий.</p>	4	2
<p>Самостоятельная работа Выполнение презентации по теме: «Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта».</p>		2	3
<p>Контрольная работа</p>	<p>Содержание учебного материала Проверка знаний по разделу: «Государственная система обеспечения безопасности населения»</p>	2	3
<p>Раздел 4. Основы обороны государства и воинская обязанность</p>		28	
<p>Тема 4.1. История создания вооруженных сил РФ</p>	<p>Содержание учебного материала 1.Организация вооруженных сил Московского государства в XIV—XV веках. 2.Военная реформа Ивана Грозного в середине XVI века. 3.Военная реформа Петра I, создание регулярной армии, ее особенности. 4. Военные реформы в России во второй половине XIX века, создание массовой армии.</p>	2	2
<p>Тема 4.2. Функции и структура вооруженных сил</p>	<p>Содержание учебного материала 1.Создание советских Вооруженных Сил, их структура и предназначение. 2.Вооруженные Силы Российской Федерации, основные предпосылки проведения военной реформы. 3.Виды Вооруженных Сил Российской Федерации, рода Вооруженных Сил Российской Федерации, рода войск. 4.Сухопутные войска: история создания, предназначение, структура. 5.Военно-Воздушные Силы: история создания, предназначение, структура. 6.Военно-Морской Флот, история создания, предназначение, структура. 7.Ракетные войска стратегического назначения: история создания, предназначение, структура. 8.Космические войска: история создания, предназначение, структура. 9.Воздушно-десантные войска: история создания, предназначение, структура.</p>	2	2

	<p>10. Др., -ие войска и соединения</p> <p>11. Функции и основные задачи современных Вооруженных Сил России, их роль и место в системе обеспечения национальной безопасности.</p> <p>12. Реформа Вооруженных Сил.</p>		
<p>Тема 4.3. Призыв на военную службу.</p>	<p>Содержание учебного материала</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Призыв на военную службу. 2. Общие, должностные и специальные обязанности военнослужащих. 3. Размещение военнослужащих, распределение времени и повседневный порядок жизни воинской части. 	2	2
<p>Тема 4.4 Прохождение военной службы по призыву и по контракту. Альтернативная гражданская служба</p>	<p>Содержание учебного материала</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Основные условия прохождения военной службы по контракту. 2. Требования, предъявляемые к гражданам, поступающим на военную службу по контракту. Сроки военной службы по контракту. Права и льготы, предоставляемые военнослужащим, проходящим военную службу по контракту. 3. Альтернативная гражданская служба. Основные условия прохождения альтернативной гражданской службы. Требования, предъявляемые к гражданам, для прохождения альтернативной гражданской службы. 	2	2
<p>Тема 4.5 Воинские звания.</p>	<p>Содержание учебного материала</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Истрия появления воинских званий. 2. Сухопутные воинские звания. 3. Корабельные воинские звания. 	2	2
<p>Самостоятельная работа Выполнение реферата на выбор</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. «Прохождение военной службы по призыву и контракту» 2. «Сухопутные воинские звания» 3. «Корабельные воинские звания» 		4	3
<p>Тема 4.6. Права и обязанности военнослужащих Воинская дисциплина и ответственность</p>	<p>Содержание учебного материала</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Общие права и обязанности военнослужащих. 2. Виды ответственности, установленной для военнослужащих (дисциплинарная, административная, гражданско-правовая, материальная, уголовная). 3. Основные качества личности военнослужащего 4. Требования воинской деятельности, предъявляемые к моральным, индивидуально-психологическим и профессиональным качествам 	2	2

	гражданина. 5. Основные виды военных образовательных учреждений профессионального образования. 6. Правила приема граждан в военные образовательные учреждения профессионального образования. 7. Организация подготовки офицерских кадров для Вооруженных Сил Российской Федерации.		
Тема 4.7. Боевые традиции и ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации.	Содержание учебного материала 1. Патриотизм и верность воинскому долгу – основные качества защитника Отечества. Воинский долг – обязанность Отечеству по его вооруженной защите. 2. Дни воинской славы России – дни славных побед. Основные формы увековечения памяти российских воинов, отличившихся в сражениях, связанных с днями воинской славы. 3. Боевое Знамя воинской части – символ воинской чести, доблести и славы. Орден – почетные награды за воинские отличия и заслуги в бою и военной службе. 4. Ритуал приведения к военной присяге. Ритуал вручения Боевого знамени воинской части. 5. Воинские ритуалы. Присяга. Символы воинской чести. Государственный герб. Государственный флаг. Государственный гимн. Военная форма одежды. Воинские награды.	2	2
Самостоятельная работа Выполнение реферата на тему: «По следам боевых действий. Участие РФ в вооруженных конфликтах».		4	3
Тема 4.8. Назначение и устройство автомата АК-74. Контрольная работа	Содержание учебного материала 1. Назначение и устройство автомата АК-74. 2. Порядок неполной разборки и сборки автомата. Содержание материала Проверка знаний по разделу: «Основы обороны государства и воинская обязанность»	2	2
Дифференцированный зачет	Проверка знаний по дисциплине «Основы безопасности жизнедеятельности»	2	3
Всего		129 ч.	

Для характеристики уровня освоения учебного материала используются следующие обозначения:

1. ознакомительный (узнавание ранее изученных объектов, свойств);
2. репродуктивный (выполнение деятельности по образцу, инструкции или под руководством);
3. продуктивный (планирование и самостоятельное выполнение деятельности, решение проблемных задач)

УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

Реализация программы дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» требует наличия учебного кабинета.

Оборудование учебного кабинета:

1. Доска классная
2. Стол преподавательский
3. Столы
4. Стулья
5. Книжные шкафы

Технические средства обучения

1. Мультимедийный проектор
2. Компьютер
3. Экран

3.2. Информационное обеспечение обучения

Перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы

Основные источники:

3. О воинской обязанности и военной службе: Федеральный закон [Текст] : учеб. пособие - М. : Проспект, 2016. - 96 с.
4. Общевоинский устав Вооруженных Сил Российской Федерации 2016 с
5. Уставом военной полиции [Текст] : учеб. пособие - М. : Эксмо, 2016. - 736 с.
6. Конституция Российской Федерации (с гимном России) [Текст] : учеб. пособие - М. : Проспект, 2016. - 32 с.
7. ЭБС «Консультант студента».- ГЭОТАР-Медиа.-Москва

4. ХАРАКТЕРИСТИКА ОСНОВНЫХ ВИДОВ УЧЕБНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ СТУДЕНТОВ. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины осуществляется преподавателем в процессе проведения теоретических занятий, тестирования, а также выполнения обучающимися индивидуальных заданий.

Виды учебной деятельности студентов	Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины
оценивание ситуаций, опасных для жизни и здоровья; действие в чрезвычайных ситуациях; использование средства индивидуальной и коллективной защиты; безопасное поведение человека в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера; государственная система защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций; обязанности граждан по защите государства здоровье и здоровый образ жизни	-устный опрос (фронтальный, индивидуальный) -творческая работа -контрольная работа -тестирование -семинар -домашняя работа -защита индивидуальных проектов -оценка правильности выполнения внеаудиторной самостоятельной работы -дифференцированный зачёт

Тематический план
 Дисциплина Основы безопасности жизнедеятельности
 Специальность 34.02.01 Сестринское дело
Теоретические занятия
86 ч.

№	Тема	Количество часов
1.	Актуальность изучения дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности».	2
2.	Здоровье и здоровый образ жизни. Факторы, влияющие на здоровье человека.	2
3.	Здоровье и здоровый образ жизни. Факторы, влияющие на здоровье человека.	2
4.	Алкоголь и его влияние на здоровье человека.	2
5.	Алкоголь и его влияние на здоровье человека.	
6.	Курение и его влияние на состояние здоровья.	2
7.	Курение и его влияние на состояние здоровья.	
8.	Наркотики и наркомания, социальные последствия	2
9.	Наркотики и наркомания, социальные последствия	2
10.	Понятие о ВИЧ инфекции и СПИДе	2
11.	Контрольная работа	2
12.	Пожарная безопасность. Правила личной безопасности при пожаре.	2
13.	Обеспечение личной безопасности на водоемах.	2
14.	Обеспечение личной безопасности в криминогенных ситуациях.	2
15.	Обеспечение личной безопасности в бытовых ситуациях. Опасность Селфи.	2
16.	Контрольная работа	2
17.	Классификация и характеристики чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера	2
18.	Классификация и характеристики чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера	2
19.	Единая государственная система защиты населения в чрезвычайных ситуациях. Мониторинг и прогнозирование чрезвычайных ситуаций.	2
20.	Мониторинг и прогнозирование чрезвычайных ситуаций.	2
21.	Гражданская оборона	2
22.	Эвакуация населения	2
23.	Эвакуация населения	2
24.	Инженерная защита. Виды защитных сооружений и правила поведения в них.	2
25.	Обучение населения защите от чрезвычайных ситуаций.	2
26.	Обучение населения защите от чрезвычайных ситуаций.	
27.	Средства индивидуальной защиты (СИЗ). Назначение и устройство противогазов ГП 5 и ГП 7	2
28.	Средства индивидуальной защиты (СИЗ). Назначение и устройство противогазов ГП 5 и ГП 7	2
29.	Средства индивидуальной защиты Назначение и устройство защитных костюмов ОЗК и Л1.	2

30.	Средства индивидуальной защиты Назначение и устройство защитных костюмов ОЗК и Л1.	2
31.	Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта и при захвате в заложники.	2
32.	Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта и при захвате в заложники.	2
33.	Контрольная работа	2
34.	История создания вооруженных сил РФ	2
35.	Функции и структура вооруженных сил	2
36.	Призыв на военную службу.	2
37.	Прохождение военной службы по призыву и по контракту. Альтернативная гражданская служба	2
38.	Воинские звания.	2
39.	Права и обязанности военнослужащих Воинская дисциплина и ответственность	2
40.	Боевые традиции и ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации.	2
41.	Назначение и устройство автомата АК-74.	2
42.	Контрольная работа	2
43.	Дифференцированный зачет	2